

QRコード



ページURL

<http://www.pal.pref.okayama.jp/category/page.aspx?servno=4289>

◎トップページスライド



◎「OKAYAMA・おうち Lab.」 ページイメージ

ホーム > 研究会 > OKAYAMA・おうち・Lab.

OKAYAMA・おうち・Lab.

2020年3月10日更新 [おシェア](#) [ツイート](#)

OKAYAMA・おうち Lab. (ラボ)

臨時休業でおうちにいることになったキミたちへ

お か や ま ラボ  
**OKAYAMA おうち Lab.**

お家にいるのに、実験ができる！  
お家にながら、いろんなところを探検する！  
お家にも、いろんな人に会える！  
みんなの 学びたいという気持ちを応援します

※ほかの人への転送・中傷があったら、このコンテンツは隠します。

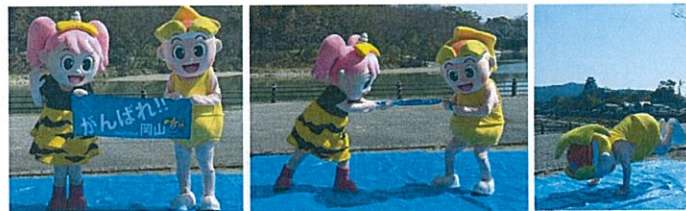
## 内容(例)

- 「わしらー、うちらー岡山人・リレートーク！」
  - ・ 子供たちがワクワクするような休み期間中の過ごし方を、岡山ゆかりの有名人がリレー形式で配信します。
- 「きっず☆ユニバon-line」
  - ・ 県内8施設※の専門スタッフが、子供たちの自由研究や探究的な学びを、動画配信システムや双方向テレビ会議システム等を活用して支援します。  
※ 県立図書館、県立博物館、古代吉備文化財センター、県立美術館、岡山後楽園、自然保護センター、人と科学の未来館サイバリア、青少年教育センター閑谷学校
- 「のぞいてみたいな、お仕事の裏側」
  - ・ 普段は目に触れない仕事の裏側を紹介します。
- 「極める。」
  - ・ 岡山県在住の専門家が自身の研究とともに、これまでの人生を振り返りながら、極める楽しさを紹介します。
- 「体力向上チャレンジ！」
  - ・ 自宅や屋外でできる体力アッププログラムを動画等で紹介します。
- 「レンジでできるもん！」
  - ・ 子供ができる簡単レシピ、お手伝いレシピを紹介します。
- 「世界を知ろう。世界とつながろう。世界へはばたこう。」
  - ・ 世界各地の国際機関や日本人学校等と連携して、各地の人々の生活や活動を紹介します。

## OKAYAMA・おうちLab. ホームページ掲載例

### ○体力向上チャレンジ！

ももっち、うらっちと一緒に、自宅や屋外でエクササイズ！  
子供たちが運動不足を解消し、体力アップできるプログラムを  
動画で紹介します！



### ○レンジでできるもん！

県教委において管理栄養士の資格をもつ指導主事が監修し、  
子供が火を使わずに電子レンジ等でできる簡単レシピ、お手伝いレ  
シピを紹介します！

ピザトースト	ごまじゃこおにぎり																		
<p>3分10秒 (1人分)</p> <table border="1"><tr><td>小麦粉</td><td>30g</td></tr><tr><td>オリーブオイル</td><td>1〜2滴</td></tr><tr><td>ピザソース</td><td>15g</td></tr><tr><td>ピザ用チーズ</td><td>20g</td></tr><tr><td>ピザ用野菜</td><td>大さじ1〜2杯</td></tr><tr><td>または冷凍野菜</td><td></td></tr></table>	小麦粉	30g	オリーブオイル	1〜2滴	ピザソース	15g	ピザ用チーズ	20g	ピザ用野菜	大さじ1〜2杯	または冷凍野菜		<p>1分10秒 (1人分)</p> <table border="1"><tr><td>ごはん</td><td>飯茶碗1杯</td></tr><tr><td>もやし</td><td>大さじ1杯</td></tr><tr><td>いりごま</td><td>小さじ1杯</td></tr></table>	ごはん	飯茶碗1杯	もやし	大さじ1杯	いりごま	小さじ1杯
小麦粉	30g																		
オリーブオイル	1〜2滴																		
ピザソース	15g																		
ピザ用チーズ	20g																		
ピザ用野菜	大さじ1〜2杯																		
または冷凍野菜																			
ごはん	飯茶碗1杯																		
もやし	大さじ1杯																		
いりごま	小さじ1杯																		
<p>つくりかた</p> 	<p>つくりかた</p> 																		
<p>※小麦粉は電子レンジで加熱すると、膨らみます。加熱しすぎると焦ります。電子レンジの加熱時間は、電子レンジの機種によって異なります。</p>	<p>※電子レンジの加熱時間は、電子レンジの機種によって異なります。加熱しすぎると焦ります。電子レンジの加熱時間は、電子レンジの機種によって異なります。</p>																		